www.trome.com
facebook.com/tromepe @tromepe

EL CHANCHITO DE LA SUERTE

trome

AÑO 25 | Nº 9056
VIERNES 7 DE AGOSTO DEL 2026
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

PARTICIPA VÍA WHATSAPP 920322729
EL NUMERITO GANADOR
HOY S/200
FACEBOOK SORTEO EN VIVO!

HOY CUPONES GRATIS

1 PREMIO DE 20,000 SOLES / 1 PREMIO DE 5,000 SOLES / 10 PREMIOS DE 1,000 SOLES / 660 PREMIOS DE 100 SOLES / 1669 PREMIOS DE 50 SOLES

VENEZOLANO CONTÓ A LA POLICÍA QUE ELLA Y SU PAREJA 'PIMPOLLO' LO MANDARON A DETONAR EXPLOSIVO EN RESTAURANTE

Página 4

VENEZOLANO DETENIDO

JUAN CARLOS AYLLÓN CÓRDOVA [PAREJA] 'PIMPOLLO'

TUMBAN PUERTAS POR 'CHINA YESSENIA'

LA BUSCAN EN CERROS DE EL AGUSTINO Y CIENEGUILLA, Y TAMBIÉN SON ACUSADOS DEL INCENDIO DONDE MURIERON 10 PERSONAS EN MANZANILLA

CREMAS CUMPLEN 102 AÑOS Y HABRÁ MÁS DE 50 MIL PERSONAS EN EL MONUMENTAL

U Y CRISTAL EN PARTIDO CALIENTE

PÁGINA 11

CELEBRAN DIA DE LA CERVEZA

MÁS DE 350 MIL BODEGAS LEVANTAN SUS VENTAS

PÁGINA 7

HAY 12 HEROIDOS Y HUBO DERRUMBES

PÁGINA 9

JUNÍN VOLVIÓ A TEMBLAR

LA SEÑO MARIA

CUIDEN A NIÑOS COMO UN TESORO

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un estofado de res con una porción de arrocito blanco y rocotito molido. Para la sed pidió una jarrita con limonada fresquecita. "María, ayer te comentaba que es terrible el caso del acoso sexual contra **Naldy Saldaña** de parte del director musical de **La Bella Luz, César Sánchez Chavesta.** Esta orquesta se caracterizaba por tener hasta menores en su agrupación y la Fiscalía debe llegar hasta el final. Este delito es grave. Al margen de este caso de acoso, debemos estar muy atentos con los niños. En mis años como reportero he visto terribles casos de abuso sexual que te parten el alma, porque lo que sufren es tan traumático que no lo olvidan jamás. **En la mayoría de casos, contra lo que muchos podrían pensar, el violador no es un extraño que intercepta a su víctima en la calle, sino alguien conocido, generalmente un familiar o una amistad a la que se ha dado la suficiente confianza como para permitirle ingresar al hogar.** Esto nos enseña que debemos cuidar a nuestros hijos las 24 horas del día, porque hay muchísimos **'monstruos'** sueltos. Algunos consejos para proteger a nuestros pequeños:

→**DESCONFÍA SIEMPRE.** La mayoría de depravados ocultan bien sus malsanas intenciones. Se presentan como personas respetuosas, serias y hasta muestran una personalidad bastante agradable para ganarse la confianza de los menores y de sus padres. No dejes a tus hijos solos con adultos.

→**MIRA BIEN A QUIÉN ABRES LAS PUERTAS DE TU HOGAR.** Los de comportamiento sospechoso no pueden ingresar. Aunque es duro decirlo, duda de todos. Es preferible pecar por exceso que por defecto. Eso es mejor que lamentarse después.

→**HABLA CON ELLOS.** Debes explicarles de forma clara sobre los peligros que los rodean y que hay partes íntimas de su cuerpo que nadie tiene el derecho de tocar. Dales confianza para que te cuenten todo; por ejemplo, si hay un adulto que los molesta de alguna forma.

→**FORTALECE SU AUTOESTIMA.** Muéstrales amor, respeto y consideración siempre. Diles que los amas y abrázalos. Que sepan que te interesan. Los abusadores saben identificar a los chicos con carencias emocionales y aprovecharse de ellas para lograr sus fines.

→**ENSÉÑALES LA DIFERENCIA** entre los secretos buenos y malos. No deben callar si sienten que alguien se mete con ellos.

→**DEBEN ENTENDER QUE NO HAY** que aceptar 'regalos' de ninguna clase a cambio de favores". Gary tiene razón. Me voy, cuídense.

ENCUESTA

SÍ 57%

NO 43%

AYER

¿Cree que Alianza Lima le ganará a Sport Boys este sábado?

HOY

¿Cree que el gobierno de Keiko Fujimori frenará el avance de la delincuencia?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Le tengo aprecio personal, soy amigo de ella [Keiko Fujimori]. Pero no he visto ni en su campaña, ni en la presidencia, ninguna idea fundamental, que tú digas 'acá está el futuro'. Una idea para dirigir el país hacia adelante".

ALFREDO BARNECHEA
(EX CANDIDATO PRESIDENCIAL)

"Yo creo que sí [hay que retirarnos de la Corte Interamericana de Derechos Humanos] (...). Porque una corte ideologizada ha venido causando daños al Perú, con sentencias que beneficiaban a los terroristas para indemnizarlos con millones de dólares".

ALEJANDRO AGUINAGA
(SENADOR)

DÓLAR

COMPRA	VENTA
3.37	3.40

EURO

COMPRA	VENTA
3.94	4.02

KARRY

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717

trome

Editor General: **José Castillo Altez**

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: **311-6500.** Fax: 311-6353. Página web: **www.trome.com** E-mail: **trome@trome.com** Publicidad: **708-9999.**

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.
Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total o parcial. Hecho el
Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

PEPITAS...

¡QUÉ TALES CONGRESISTAS! (I)

Terrible lo que pasa en el Congreso. El diputado Carlos Zegarra Sánchez, de Fuerza Popular, está en la mira de la Fiscalía por el asesinato del periodista Gastón Medina en Ica. Zegarra fue asesor del Gobierno Regional de Ica cuando Medina denunciaba actos de corrupción de esa gestión...

¡QUÉ TALES CONGRESISTAS! (II)

En una entrevista en vivo el 2023, Medina conversó con el expresidiario Víctor Mere, cercano al círculo de Zegarra, quien le dijo que querían matarlo. Y ambas personas fueron asesinadas en 2025. Se señala que habría un audio atribuido a Zegarra que demostraría su implicancia en el caso. ¡Se debe investigar a fondo!...

CARLOS ZEGARRA

VERGONZOSO (I)

César Tito Rojas, exdirigente del Movadef, órgano de fachada de Sendero Luminoso, estuvo a un paso de presidir la Comisión de Ética en Diputados. Su partido Juntos por el Perú lo lanzó para ese importante cargo. Pero renegando tuvieron que retirarlo tras perder el apoyo de las demás bancadas de izquierda debido al escándalo. ¿Qué pretende Juntos por el Perú?...

VERGONZOSO (II)

Esta vergonzosa situación, que es un insulto a los peruanos que murieron enfrentando al terrorismo, se suma a la del también congresista de JP, Julián Pérez Mallqui, el llamado 'diputado pegalón'. Este señor ha sido denunciado por agredir a su expareja, pero su partido lo sigue protegiendo. Ayayay...

OTRA COMISIÓN

Hablando del Fenómeno El Niño, el diputado de Juntos por el Perú, Ernesto Zunini, anunció que su partido no permitirá más retrasos en las obras de prevención y anunció que buscan crear una comisión en Diputados para fiscalizar tal fin. Parece un chiste. En todo caso, esa comisión debería investigar a las autoridades irresponsables que en los últimos años no hicieron nada sobre el tema, sabiendo lo que se venía...

'TESTAFERROS'

Fuerte se mandó el candidato a la alcaldía de Lima por el PPC, Edgardo de Pomar, quien tildó de 'testaferros electorales' a esos candidatos que renuncian para sacarle la vuelta a la norma que prohíbe la reelección. Al irse ellos dejan el camino libre para que el alcalde que busca reelegirse, quien va como regidor, lo haga de manera indirecta. Increíble...

CLANDESTINO

El prófugo menos buscado del país, Vladimir Cerrón, debe seguir en la clandestinidad. Es que, aunque el Tribunal Constitucional le anuló la prisión preventiva por el caso 'Los Dinámicos del Centro', tiene al menos otras dos órdenes de captura en distintos procesos en los que también ha sido declarado reo contumaz. Plop...

LOS 'TUITS' DEL DÍA

@AMI9104
AMELIA

La Bella Luz ha caído, estando en el mejor momento de su carrera musical, porque en parte fue construida bajo el sufrimiento y encubrimiento de al menos un agresor sexual y una familia muy machista.

@SCHWYNDFST
NÉSTOR

La Batalla de Junín (6 de agosto de 1824) fue peleada en el extremo sur de la inmensa meseta del Bombón, rodeada de las gigantescas e inacabables montañas andinas. El lugar preciso está a 4 mil 100 msnm en Chacamarca. Junín es la ciudad más cercana. Es el combate librado a mayor altura de la Independencia.

En el Mes del Niño llega:

Capi Aventuras

Recorra las 5 estaciones temáticas

de los divertidos capibaras y viva una experiencia inolvidable.

Solicite su cartilla por cada S/50 de compra.

Promoción válida del 5 al 30 de agosto. Los tickets no son acumulables. No participa Expomotor. Más información en plazanorte.pe y malldelsur.pe.

Plaza Norte Mall del Sur

Un mundo de grandes sorpresas

ES ACUSADA CON SU PAREJA 'PIMPOLLO' DEL INCENDIO DONDE MURIERON 10 PERSONAS Y LOS BUSCAN EN CERROS

*EN EL AGUSTINO Y CIENEGUILLA

TUMBAN PUERTAS POR 'CHINA YESSENIA'

Juez ordenó capturarlos por **atacar con bombazos** a restaurante para **cobrar extorsión**

'CHINA YESSENIA'

En casas de la parte alta de dos cerros, en El Agustino y Cieneguilla, son buscados Yessenia Ureta Vargas, 'China Yessenia', y su conviviente.

Un juez les dictó orden de detención por haber ordenado detonar explosivos en un restaurante de La Victoria, a cuyo dueño extorsionaban y le exigían el pago de dos mil soles.

Detectives de la Dirincri llegaron al cerro San Pedro y a la Asociación Casa Huerta Cieneguilla para arrestar a 'China Yessenia' y Juan Carlos Ayllón Córdova, 'Pimpollo'.

La pareja se mantiene en la clandestinidad. Los acusan de provocar el incendio en una casa de Manzanilla, donde fallecieron diez integrantes de una familia, entre ellos cinco niños. Ello tras mandar a quemar motos eléctricas de uno de los ocupantes de la vivienda.

No sería el único acto criminal de la mujer más buscada y sindicada como cabecilla de la banda criminal 'Los Vikingos de Gamarra'.

VENEZOLANO LOS DELATÓ

Agentes policiales de la División Antiextorsiones de la Dirincri establecieron que 'China Yessenia' y 'Pimpollo' ordenaron a dos venezolanos atentar con explosivos un local de venta de comida en la avenida 28 de Julio, el 11 de julio último.

Un día antes, los delincuentes extranjeros dejaron en el mismo local una nota extorsiva al propietario del negocio pidiéndole dos mil soles de cupo.

Cinco días después fue capturado el venezolano Alan José Gonzales Delgado (25), 'Cochinón'.

Confesó que 'China Yessenia' y 'Pimpollo' lo mandaron a atacar el restaurante y que le pagaron 100 soles por hacerlo.

"La 'China Yessenia' con su marido 'Pimpollo' me dieron un explosivo para colocarlo afuera de un local junto con un papel. A mí me lo dan a través del apodado 'Chino Guchi'", manifestó 'Cochinón'. (E. Cirilo)

JUAN CARLOS AYLLÓN CÓRDOVA (PAREJA)

VENEZOLANO DETENIDO

SEPA QUE...

'China Yessenia' podría haber ordenado atentar contra otros negocios del Cercado de Lima y La Victoria.

*MÁS CRÍMENES EN EL RÍMAC

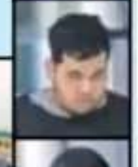
Gatilleros matan joven a balazos

ADRIÁN RAMÍREZ

El Rímac se desangra. En la avenida Flor de Amancaes, Adrián Ramírez (25) fue baleado por dos sicarios en moto que habrían sido enviados por barristas. Murió en un hospital. Poco antes, Edson Villavicencio (38) caminaba por el jirón Chira hasta que dos pistoleros lo hirieron para robarle el celular y 200 soles. El fin de semana, otras dos personas fueron asesinadas y un tercero quedó grave. (J.Y.)

*TAMBIÉN PISTOLAS Y CARABINAS

Recuperan 4 fusiles robados de armería



CAPTURADOS

Detectives Antirrobos recuperaron cuatro fusiles y dos pistolas que la banda peruano-venezolana 'La Dinastía Tocorón' robó de una tienda de armas, en Surco, el 28 de mayo. Dos escopetas y dos pistolas fueron halladas en el cruce de los jirones Luis Dextre y Nelson Guía. Un día antes y tras un tiroteo, policías encontraron dos carabinas en San Juan de Miraflores. Hay cuatro detenidos. (E. Cirilo)

*FUERON GRABADOS

Rateros en moto atacan en Barranco

Renzo Porras (26) y Daniel Menacho (22), ambos de Canto Grande, San Juan de Lurigancho, llegaron a Barranco para desatar una ola de robos. En horas de la noche, uno de ellos subió a un bus de transporte público en la avenida San Martín, arrebató con violencia el celular a una pasajera y fugó en la moto lineal que conducía su cómplice. Sin embargo, Serenazgo de dicho distrito los capturó tras una persecución.

Habían sido grabados reunidos antes del atraco. (J.Y.)

DETENIDOS

latina
YO SOY
VUELVE
EN UNA NOCHE
QUE NO OLVIDARÁS
EN VIVO
MAÑANA - 9PM
Compañía Latinoamericana de Radiodifusión S.A. RUC: 20100163986

TROME TE REGALA PLATITA EN EFECTIVO, CON...
EL NUMERITO GANADOR trome
TODOS LOS DÍAS, INSCRIBE TU "NUMERITO GANADOR" POR WHATSAPP AL 920 322 729
GANADOR DE S/200 DEL DÍA 06/08/26
Maria Mejia
Callao
4138675
Sorteos todos los días: 4:00 p.m. Términos y condiciones en promociones.trome.com/registro/el-numerito-ganador
¡SORTEO EN VIVO! FACEBOOK
1 PREMIO DE S/20,000 | 1 PREMIO DE S/5,000 | 10 PREMIOS DE S/1,000 | 660 PREMIOS DE S/100* | 1669 PREMIOS DE S/50*

*'EL CHANCHITO DE LA SUERTE'

¡MAÑANA 8 CUPONES!

Nuestros lectores son lo más importante y por eso siempre les damos las mejores promociones. Como 'El Chanchito de la Suerte', que reparte más de 2 mil 300 premios y un 'gordito' de 20 mil soles.
También hay montos en efectivo de hasta 1,000 y 5,000 soles.

Recorta los cupones que publicamos a diario porque puedes llenar tus bolsillos. De lunes a sábado son seis, y sábados y domingos damos ocho.
Asimismo, los lunes, al comprar tu Trome, recibe gratis una cartilla. Como estas son diferentes, mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar.

HAY MÁS DE 2 MIL 300 PREMIOS Y UN 'GORDITO' DE 20 MIL SOLES CALIENTITOS

LLENA UNA COLUMNA Y GANA

- **Todos los lunes**, con el periódico, recibe gratis una cartilla.
- **Cada día** publicamos los cupones.
- **Para ganar** debes completar con los cupones una columna de cinco casilleros de una de las letras de BINGO.
- **Así, te llevas los 20 mil soles** de forma automática si llenas los recuadros de la letra B.
- **Los 5 mil soles** serán tuyos rellenas la letra I.
- **Si completas** los espacios de la N cobras 1000 soles.
- **Con la G** ganas 100 soles, y con la letra O son tuyos 50 soles.

VISITA A TU CANILLITA

- **Para premios de 1000 soles o más** debes llevar tu cartilla al jirón Paracas 530, en Pueblo Libre, los martes y jueves de 10 de la mañana a 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde.
- **Si ganas 50 o 100 soles** acércate a tu canillita más cercano para verificar y coordinar la entrega de tu dinero.

*TENEMOS YAPITA

Guarda tus cartillas

Guarda todas tus cartillas de 'El Chanchito de la Suerte' porque también tienen Yapita.
¡Hay grandes premios sorpresa que te encantarán!
Para probar tu suerte anota tus datos personales en los bingos y entrégalos a tu canillita de confianza o depositalos en las ánforas autorizadas.
Estas también están en el jirón Paracas 530, Pueblo Libre, y en el local de El Comercio, jirón Lampa 643, centro de Lima.

*DISFRUTA GRATIS CON LA FAMILIA

Sorteamos entradas para el circo de 'La Chola Chabuca'

Con el 'diario papá' siempre ganas y por eso sorteamos entradas para que disfrutes junto a tus seres queridos en el circo de 'La Chola Chabuca'.
Si quieres probar tu suerte solo debes escanear el QR del aviso que publicamos todos los martes. Al ingresar anota tus datos personales y así quedarás inscrito en el sorteo.
Recuerda que cada semana son ocho ganadores cuyos nombres publicaremos los sábados. Ten en cuenta que cada afortunado se llevará un pack de cinco entradas para que asista con su familia.

CLASIFICADOS
ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS
el talán
inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades

esotérico
ANUNCIA AQUÍ
FONOAVISOS@COMERCIO.COM.PE
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. / RUC: 20143229878

CREADORES Y SABIOS DE LOS AMARRES OCULTOS
ELOANA Y ADONAY
EL TERROR DE LOS INFIELES
PROMOCION SUZANNA
AMAS Y TE DESPRECIAN, TE TRAICIONAN, NO ERES CORRESPONDIDO Y NO SABES QUE HACER
AMARRES: DE AMOR, ENDULZAMIENTO, ENCANTAMIENTO, SEXUALES, EN CONTRA DE SU VOLUNTAD
DESCARTES: DISTANCIO A TU ENEMIGO CON RITOS DE SANTERIA CUBANA Y POLVOS DE MUERTO ZOMBI
ATADURAS: DE 7 NUDOS EN SANTERIA CUBANA BRUJERIA SOMETIMIENTOS, DOMINIOS, DAÑOS Y CONJUROS
RASTREOS: CURO MALEFICIOS RAROS O DESCONOCIDOS, DAÑOS NEGOCIOS, CASA O CHACRAS PERDIDAS O ROBOS DELANTE DE TU PERSONA.
BRUJERIA CUBANA: DOBLEGO SU TEMPERAMENTO CARACTER Y SU ORGULLO AL SER AMADO TE PEDIRA PERDON DE RODILLAS
TAROT LUN - SAB 9AM -8PM DOM. 9AM - 2PM.
AV. GERARDO UNGER # 1535 2do PISO FRENTE AL METRO DE LA UNI, COSTADO DEL GRIFO REPSOL
997160971 - 992226527

CLASIFICADOS
ESO QUE YA NO USAS, PUBLÍCALO AQUÍ

*ES FUENTE DE TRABAJO

CELEBRAN DÍA DE LA CERVEZA

HAY VARIEDADES

Más de 350 mil bodegueros se benefician con su venta y está **presente en bares, restaurantes y hoteles**

POR: ISABEL MEDINA

La cerveza, una de las bebidas más antiguas y populares, celebra hoy su día mundial.
El Perú tiene lo suyo: cervezas de producción nacional que generan empleo, contribuyen al Estado y son parte importante de la economía que mueve al país.
La Sociedad Nacional de Industrias, a través de su Comité de Fabricantes de Cerveza, informó que la industria cervecera tiene más de 150 años en Perú y genera más de 20 mil empleos, por su amplia cadena de valor, desde cultivos como cebada maltera, la elaboración, transporte y distribución.
"Es fuente de ingresos para más de 350 mil bodegas y dinamiza la actividad de restaurantes, bares, hoteles", refiere la Asociación de Bodegueros del Perú.
Antonio Castillo, director Institucional de la SIN, dijo a Trome que la cerveza es la bebida alcohólica más consumida en Perú.
"La demanda proviene principalmente de los hogares y restaurantes, aunque no es de los consumos más altos en América Latina". Y es que en varios países de la región como México, Brasil, Chile y Colombia son más cerveceros.
Sin embargo, no deja de ser 'la favorita' en celebraciones, fiestas patronales, pichangas, y es parte de la gastronomía y maridaje de platos como el cebiche.

PARTE DE NUESTRA CULTURA

Incluso, está viajando por los mares en la Casa Perú a bordo del Buque Escuela a Vela B.A.P. Unión, que como embajada itinerante promueve ante miles de visitantes nuestra cultura, gastronomía, productos y oferta exportable, y parte de ello es la maestría cervecera peruana.
"Cusqueña es sinónimo de calidad, herencia y excelencia", dijo Rodrigo Gallegos, director Legal y de Asuntos Corporativos de Backus.
Además, el sector se amplía no solo con cervezas artesanales y está creciendo el segmento de cervezas sin alcohol. "Para los que buscan moderación sin renunciar al sabor de la cerveza", dijo Gallegos.

SEPA QUE...

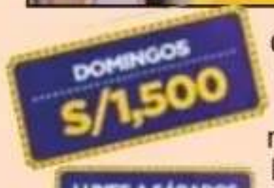
- **Producción cervecera**, industrial y artesanal: 321 empresas (95% son microempresas, emprendimientos).
- **Consumo anual en Perú:** 43 litros por persona al año.
- **Por convenio de la Marina de Guerra y Backus**, Cusqueña podrá estar en otras unidades navales con actividades de difusión de la cultura peruana.

Es la favorita en fiestas patronales, celebraciones familiares y pichangas

*ESTE DOMINGO

Salen 1500 soles de El Numerito Ganador

Prueba tu suerte con 'El Numerito Ganador', pues de lunes a sábado sortea 200 soles, mientras que los domingos salen 1,500 soles.
Para participar compra Trome, ubica el **'Código ganador'** en la portada y anótate en nuestro **WhatsApp 920-322-729**.
Así de fácil tienes todos los días la oportunidad de llevarte dinero contante y sonante.
Para contar con más chances de ganar puedes anotar todos los códigos que desees. Eso sí, debes hacerlo uno a uno y no todos al mismo tiempo.
Recuerda que cada código solo puede ser inscrito una vez.
Los sorteos se realizan todos los días a partir de las 4 de la tarde y se transmiten en vivo por el Facebook de Trome.



SUERTUDA

María Mejía, del Callao, se hizo acreedora a los 200 soles de ayer jueves con el 'Código ganador' 4138675.

*PARA LA PRÓXIMA SEMANA

Postergan plan piloto en avenida Arequipa

La ATU postergó para el jueves o viernes de la próxima semana la aplicación del carril bidireccional en la avenida Arequipa, que será vía exclusiva del Corredor Azul. El tramo entre la avenida 9 de Diciembre (Paseo Colón) y la calle Emilio Fernández (altura del Circuito Mágico) aún sigue abierto para vehículos particulares.

El plan piloto está en marcha con información sobre los cambios que habrá para conductores, peatones y ciclistas, ya que no solo se desviará el tránsito de autos en ese tramo, sino que habrá dos nuevos paraderos.
El carril bidireccional en primera etapa abarcará 1.5 kilómetros del actual sentido al centro de Lima de la vía (ahí el Corredor Azul circulará en ambos sentidos).

*RECORRÍA CALLES

Iguana gigante sorprende en Trujillo

Vecinos de Trujillo quedaron sorprendidos al ver una enorme iguana recorriendo varias calles de la ciudad.
La Policía Ecológica informó que al menos serían tres los reptiles hallados y que lograron capturar para devolverlos a los cañaverales, su hábitat natural. Las causas de su presencia aún se investigan, aunque algunos piensan que se debe al Fenómeno El Niño.
Las autoridades piden no acercarse y avisar de inmediato si ven a estos animales.

*PROCESIÓN

Miles con Cruz de Motupe

Miles de fieles participaron en la Festividad de la Santísima Cruz de Motupe, una de las principales peregrinaciones del país, sobre todo en Lambayeque.
Monseñor Edinson Farfán, obispo de la Diócesis de Chiclayo, presidió la solemne misa y hubo procesión.
Además, confirmó que la venerada cruz estará en la histórica misa que el papa León XIV hará en noviembre al volver a la región.
En Lima, el Convento de San Francisco recibió a cientos de fieles en misa.

LUCHA CONTRA LA DELINCUENCIA DEBE SER PRIORIDAD

SOSTIENE ÓSCAR VALDÉS

POR: JOSÉ M. CARMEN

Afirma que todos los días hay asesinatos y ya se debe ponerle freno

El reciente asesinato del gerente de una empresa de transporte público es la prueba de que el gobierno de Keiko Fujimori no puede dejar de lado la lucha contra el sicariato y la extorsión, dijo a Trome el exministro del Interior, Óscar Valdés Dancuart.

"Estoy de acuerdo con la señora Keiko Fujimori en que el Fenómeno El Niño se nos viene ahorita. Estamos indefensos, y en un par de meses vamos a sentirlo, y luego vamos a cuestionar y decir '¿qué hemos hecho?' (...). Pero se tiene que tratar el sicariato y la extorsión de forma prioritaria. Ya después se puede atacar la minería ilegal, el narcotráfico y la trata de personas. Todos los días vemos asesinatos y ya tenemos que ponerle un freno a eso", sostuvo.

El también expremier señaló que hay medidas que el gobierno puede implementar sin la necesidad de esperar a que el Congreso apruebe las facultades.

"Se tiene que hacer la reforma de la Policía. Todos los días se ve que algunos son miembros de bandas de secuestradores. Tenemos que reformar la Policía pero ya, y también el INPE, el Poder Judicial y la Fiscalía", apuntó.

Afirma que Keiko no puede dejar de lado la lucha contra los extorsionadores por el Fenómeno El Niño

MÁS MEDIDAS

Valdés Dancuart añadió que otras medidas que se pueden adoptar son la creación de grupos especiales que abarquen a funcionarios de distintas instituciones para procesar rápido a los delincuentes.

"Para hacer tortillas hay que romper huevos. Yo propuse que se cree una fuerza conjunta ad hoc, que estén fiscales, jueces, personal del INPE y fuerzas especiales de la Policía, para que cuando se capture a una banda de extorsionadores, inmediatamente el fiscal los denuncie, el juez los sentencie y el INPE los envíe a un penal de forma rápida. Así se tendría una respuesta inmediata a la extorsión y sicariato", puntualizó.

DEBEN RESPONDER

Óscar Valdés enfatizó que los gobernadores regionales que van a dejar sus cargos deben responder por no haber hecho las obras de prevención ante el Fenómeno El Niño. "No está bien que no se encare a los gobernadores y alcaldes por el pésimo trabajo que han hecho en estos años. ¿Qué han hecho con la plata que tenían para prevenir el Fenómeno El Niño? Eso merece sanciones", sostuvo.

ÓSCAR VALDÉS

RATIFICÓ SU COMPROMISO CON LOS PANAMERICANOS

Keiko regaló torito de Pucará a Simone Biles

La presidenta Keiko Fujimori ratificó el compromiso de su gobierno con el desarrollo de los Juegos Panamericanos y Parapanamericanos 2027, tras reunirse en Palacio con la medallista olímpica estadounidense Simone Biles y los representantes del Comité Organizador.

La mandataria sorprendió a los asistentes al recibir con un saludo en inglés a la famosa deportista. Destacó que es un honor que visite el país, que es una inspiración para los más jóvenes y le entregó un torito de Pucará.

"El reto es que los Juegos Panamericanos 2027 del próximo año sean mejores que los del 2019. Soy mujer de retos y saber que hay un equipo competente y profesional, estamos seguros de que vamos a dejar el nombre del Perú bien en alto", afirmó.

En esta reunión participaron el presidente del Comité Organizador de Lima 2027, Sergio Ludeña; el presidente de Panam Sports, Nevel Ilic, y el presidente del Comité Paralímpico de las Américas, Julio Ávila.

Y MIEMBROS DEL BANCO CENTRAL

Designan a jefe de la Sunat

El Poder Ejecutivo designó a César Alfonso Luna Victoria León como jefe de la Superintendencia Nacional de Aduanas y de Administración Tributaria (Sunat).

En la resolución, publicada en el diario oficial El Peruano, se aceptó la renuncia de Javier Eduardo Franco Castillo.

De otro lado, el gobierno también designó a Gustavo Yamada Fukusaki, Luis Miguel Palomino Bonilla e Inés Marylin Choy Chong como miembros del Directorio del Banco Central de Reserva del Perú.

POR PRESUNTA CORRUPCIÓN Y FALSEDAD

Colchado rechaza pedido de 9 años de prisión

El diputado Harvey Colchado (Ahora Nación) rechazó el pedido de 9 años y 4 meses de prisión efectiva que solicitó la Fiscalía en su contra, por los presuntos delitos de negociación incompatible y falsedad ideológica.

"Como ciudadano y hoy como diputado tengo la absoluta convicción de que soy inocente de los cargos que se me imputan. Durante toda mi trayectoria profesional he respetado, respeto y respetaré plenamente la autonomía del Ministerio Público y la independencia del Poder Judicial", dijo.

La Fiscalía le imputa el haber consignado información falsa en un documento público, el año 2021, al indicar que su ocupación era 'independiente', cuando laboraba como coronel de la Policía.

El partido Ahora Nación emitió un comunicado rechazando la acusación contra Colchado, y aseguraron que 'el Ministerio Público no puede ser utilizado políticamente para inventar cargos'.

ADVIERTE MINISTRO DYER

Salud se quedó en el año de la carreta

El ministro de Salud, Luis Dyer, reveló la grave deficiencia tecnológica que existe en diversas instalaciones de esta cartera, las cuales ha ido descubriendo desde que fue designado en este cargo.

"Estamos encontrando un ministerio que tecnológicamente está en el año 95. Disculpa que diga la marca, pero estamos con Windows 95 cuando hoy estamos con inteligencia artificial. Todos los procesos administrativos, desde un hospital hasta una dirección, como Digemid o de repente un Cenares, es o manual, o (con) papelitos, firmas o sellitos", dijo en RPP.

Además, reveló que la falta de internet en centros de salud dificulta el monitoreo de enfermedades, la disponibilidad de medicamentos y la gestión del personal.

FUERTES TEMBLORES DE 5 Y 3.5 GRADOS CAUSARON PÁNICO EN CHUPACA

POR ISABEL MEDINA

EN JUNÍN

NUEVOS SISMOS DEJAN HERIDOS Y DERRUMBES

Mientras transcurría el feriado que conmemora la Batalla de Junín, dos sismos de magnitudes 5 y 3.5 remecieron esa región andina. Generó mucho temor en la población de Chupaca y localidades cercanas, que aún sufren por el violento temblor de 5.1 que provocó el colapso de viviendas y vidas.

Se reportaron 12 heridos (entre ellos menores y una gestante), derrumbes y colapso de viviendas ya dañadas.

Hernando Tavera, presidente del Instituto Geofísico del Perú (IGP), explicó que son réplicas del sismo de 5.1 del 18 de julio. "Mientras el evento no supere la magnitud del sismo principal, sigue siendo réplica", dijo a RPP.

Ayer, el primer movimiento (magnitud 5.0) fue a la 1:47 de la tarde y el de 3.5 a las 2:32 de la tarde, ambos al suroeste de Chupaca y a solo 9 kilómetros de profundidad.

"Cuanto más superficial y más cerca de la zona urbana, el sacudimiento del suelo es mayor. Si hay poca profundidad, pero la distancia al área urbana es grande, el sacudimiento disminuye".

FALLAS

Explicó que esta actividad sísmica se asocia a la reactivación de la falla tectónica Altos del Mantaro.

Julio Gálvez, director ejecutivo de Indeci en Junín, declaró que viviendas de adobe dañadas terminaron de caer y hubo tres heridos: uno en Chongos Bajo y dos en Chupuro.

"También hubo desprendimiento de rocas en la ruta que conecta Chupuro con Socos y el anexo de Chanca y hundimientos parciales de plataforma", señaló.

Se interrumpió el tránsito vehicular de esa zona hacia Huancayo.

SEPA QUE...

- **Las réplicas seguirán** cada vez más espaciadas hasta que la falla recupere su estabilidad dinámica.
- **Hay varios sistemas de fallas activas:** Huaytapallana en Junín (sismos de 6 y 6.5 en 1969), fallas de Tambomachay en Cusco, la Cordillera Blanca en Áncash, Rioja-Moyobamba en San Martín, Huambo-Cabanaconde en Arequipa, entre otros.

SE INTERRUMPIÓ TRÁNSITO VEHICULAR A HUANCAYO Y ADVIERTEN QUE MOVIMIENTOS SEGUIRÁN

LLEGARÁN MÁS DE 1.5 MILLONES

Papa León atrae turistas al Perú

La próxima visita del papa tiene invaluable importancia e impacto espiritual y social, además que impulsará al movimiento de visitantes y a la economía.

El turismo religioso se potencia y Lambayeque podría ser referente con llegada de peregrinos, incluso extranjeros, no solo a la Ruta de León sino a otras.

Se estima más de millón y medio de visitantes, tomando como precedente la cifra registrada por la visita del papa Francisco en el 2018.

Algunos gremios turísticos proyectan impacto económico de hasta 40 millones de dólares y que se duplique el movimiento de viajeros respecto a un mes habitual.

"La connotación de tener un papa peruano que retorna a su país es muy fuerte. Muchos países hermanos, que sobre todo de Chile, Bolivia, Colombia y Ecuador se trasladen a nuestro país", dijo Carlos Loayza, gerente general de la Canatur.

Adrián Lomello, director para América de la Red Mundial de Turismo Religioso, señaló que la visita del papa León XIV representa una oportunidad para 'convertir al turismo religioso en un motor económico y diversificar la oferta turística del país, más allá de Cusco y Lima', y que 'se podría generar retorno hasta de seis veces de la inversión realizada'. (I.M.)

CON CIRUGÍA

Volverá a caminar

Una rara enfermedad deterioraba el cartílago y hueso en el tobillo de una adolescente y pudo limitar de forma permanente su movilidad, pero se recupera con compleja cirugía.

Presentó osteocondritis disecante del astrágalo, que le causaba dolor.

Un equipo liderado por el doctor Víctor Bolívar, jefe de Traumatología del Hospital Negreiros (EsSalud), reconstruyó la articulación con injerto óseo de última generación y reparó el cartílago y ligamentos con implantes especiales.

POR EL NIÑO

Mar sigue caliente

El calentamiento del mar frente al litoral peruano sigue intensificándose. Según la Comisión Multisectorial encargada del Estudio Nacional del Fenómeno El Niño (Enfen), se registran anomalías térmicas de hasta 5.4°C por encima de lo normal, una situación que provoca las altas temperaturas en la costa. El vocero Luis Vásquez explicó que el océano transfiere calor a la atmósfera, lo que eleva la sensación térmica. Además, indicó que seguirá hasta abril de 2027.

EN EL HUASCARÁN

Recuperan cuerpo de montañista

El cuerpo del montañista chileno Andrés Regueira, de 21 años, fue recuperado tras el accidente que sufrió mientras escalaba el nevado Huascarán, en Áncash.

El joven cayó aproximadamente 900 metros por la peligrosa ruta Gusher, considerada una de las más técnicas y exigentes de la montaña debido a sus empinadas pendientes y al constante desprendimiento de rocas.

El rescate estuvo a cargo de la Policía de Alta Montaña y el Socorro Andino Peruano. Su compañero Michael Millán sobrevivió y logró descender para pedir ayuda. Las autoridades trasladaron el cuerpo a la morgue para las diligencias correspondientes.

*INGLATERRA

Viejita de 97 años vuela en el ala de avión

Betty Bromage, de 97 años, se convirtió en la mujer más longeva del mundo en permanecer sobre las alas de un avión en vuelo.
La temeraria enfermera jubilada batió el récord mundial Guinness cuando fue atada a un biplano que despegó del aeródromo RFC Rendcomb, en Gloucestershire, Inglaterra.
Su afición, que consiste en permanecer de pie o caminar sobre un avión con dos pares de alas mientras está en vuelo, comenzó hace diez años cuando enviudó.

*BARBADOS

Rihanna luce sus curvas en carnaval

La cantante Rihanna se lució en el famoso carnaval de Barbados, exhibiendo sus famosas curvas en un atrevido atuendo enjoyado.
La artista, de 38 años, acaparó todas las miradas con un revelador bañador de una pieza y un tocado de plumas a juego durante el Gran Día de Kadooment de la isla. Así, se unió a miles de asistentes para celebrar la fiesta anual.

*ARGENTINA

Maradona sabía que iba a morir

Nicolás Taffarel, masajista de Diego Armando Maradona, reveló que el astro estaba 'totalmente edematizado' (hinchado), poco antes de morir, pues dejó de tomar diuréticos.
Contó que lo vio el 24 de noviembre del 2020, un día antes de su muerte.
Dijo que 'hacía días que no se levantaba' y cuando entró a su habitación para intentar sacarlo de la cama, le contestó: "No quiero nada, Taffita, ya está". Cuando el masajista le preguntó: "¿Ya está qué?", el ídolo volvió a decirle: "Ya está, ya está".

SUEÑA LLEVARSE 'GORDITO' DE 20 MIL SOLES

POR MADELEY LOZANO

Jessi, vendedora de juguetes, contó a Trome que todos los días recorta los cupones de 'El Chanchito de la Suerte' que salen publicados en Trome. "¡Sueño con llevarme ese 'gordito de 20 mil soles! Compartiría el premio con mis familiares y las personas que lo necesitan. Me gusta hacer ayuda social. Cocinaría y repartiría a los ancianitos. También me gustaría llevar cositas a los hospitales para alegrar a los enfermos", afirmó.

HAY LINDOS REGALOS DESDE 4 SOLES PARA LOS ENGREÍDOS DEL HOGAR

*CENTRO DE LIMA

VUELAN JUGUETES POR DÍA DEL NIÑO

El Día del Niño se celebra en Perú el tercer domingo de agosto y los comerciantes de Mesa Redonda ofrecen gran variedad de juguetes. Señalan que las ventas aumentaron.
Destacan los populares squishies (juguetes antiestrés) desde 4 soles y los modelos más grandes, como las patitas, a 8.50 soles. En Importaciones Premium Sport, en jirón Lampa, también hay slime desde 6 soles la unidad y a 4.50 soles por mayor. Para niños desde un año y medio hasta los 5 años, los caballitos saltarines se ofrecen desde 28 soles.
Las canastas con balones de básquet cuestan entre 45 y 65 soles. Las resbaladeras van desde 150 soles.
Para quienes buscan armar una sorpresa dulce, en Golosinas y Piñatas Z y F, en Galería Ayacucho Centro, se encuentran packs desde 9.50 soles. Incluyen papitas, frugos, chocolates, crema dulce con chocolate, gomitas y otros. También hay conitos llenos de sorpresas para regalar.

Comerciantes se apuntan con **'El Chanchito de la Suerte'** para ayudar a viejitos

PARA LA FIESTA

Y si la idea es hacer una fiesta, en Englobaly, cuadra siete del jirón Huallaga, Galería El Nuevo Dorado, stands 119-120 y 233, hay decoraciones con personajes infantiles. Los globos pequeños de personajes de Pixar, como 'Toy Story', cuestan 60 soles el ciento, y los conos de globos, 90 soles el ciento.

*Y DEJAN GRAVE A MUJER

Asesinan a gerente de empresa de buses

EUGENIO BENITES FALLECIDO

Dos sicarios en moto asesinaron de múltiples balazos al gerente de una empresa de transporte público cuando conducía su camioneta y dejaron herida a la mujer que lo acompañaba, en Los Olivos.
A las 8:30 de la noche, Eugenio Odilón Benites Tacanga (69) fue atacado mientras se desplazaba por la avenida 2 de Octubre con dirección al óvalo Infantas. La víctima llegó cadáver a la clínica a donde también fue llevada Elsa Estela Pérez (48), quien milagrosamente sobrevivió al atentado y terminó con una herida en el cuello y politraumatismos.
Eugenio Vergaray era gerente de la empresa Corazón de Jesús de San Diego. Los conductores de línea de transporte suspendieron sus labores para rendir homenaje al difunto. Se mostraron confundidos por el atentado, pues se conoció que cumplen con el pago de cupos. (E. Cirilo)

*FALSOS AGENTES DE SEGURIDAD

Golpean a cambista y le roban 66 mil soles

Utilizando chalecos de una empresa de seguridad y pasamontañas, pistoleros a bordo de dos carros interceptaron a un cambista de 57 años (que iba en su auto), lo golpearon en la cabeza y le robaron 66 mil soles, siete mil dólares y seis mil soles en la cuadra siete del jirón Los Chasquis, San Juan de Lurigancho. (J.Y.)

*HIJOS ESTÁN HERIDOS

Esposos fallecen al caer en abismo

Una pareja de esposos falleció luego de que el auto en el que viajaban cayera a un abismo en la carretera Andamarca–Comas, en Junín.
Sus hijos de 8 y 2 años resultaron heridos y fueron auxiliados por pobladores.
El vehículo quedó destrozado tras la caída. La Policía no descarta que el mal estado de la vía haya causado la tragedia.

U celebra 102 años ante Sporting Cristal con un Monumental abarrotado para ver un partido 'caliente'

CHELAS EN CUMPLEAÑOS

Una tarjeta fue enviada: "Universitario invita a Sporting Cristal a jugar un partido vital en la víspera de los festejos por sus 102 años hoy desde las 8:30 de la noche. La reunión será en el estadio 'Monumental'. Vestimenta: chimpunes, short y camiseta. Favor confirmar asistencia".

Cristal la confirmó y se viene el partidazo de la fecha 4 del Clausura que pondrá en juego puntos, rachas, duelos personales, entrenadores y demás. Por un lado está el anfitrión, la 'U' que llega al encuentro luego de un mal partido en Cusco, donde perdió 2-0 con Cienciano y ganando de manera ajustada su primer encuentro en casa. La mala noticia para sus hinchas es que el entrenador Héctor Cúper decidió dejar fuera de la lista al flamante refuerzo Piero Quispe y a los también ofensivos Bryan Reyna y Edison Flores. Lo preocupante es que las razones no son lesiones, sino que físicamente no están a nivel de la exigencia del partido.

Pero no todo es malo, el posible regreso a la línea de tres defensores para más seguridad, el hecho que no pierda ante Cristal en el 'Monumental' desde hace 14 años y el aporte del goleador Alex Valera, que le marcó a los celestes en sus dos últimos cruces, ayudan a creer que habrá fiesta esta noche. A la expectativa estará Gianluca Lapadula.

Pero el invitado quiere 'malograr el tono'. Sporting Cristal llega motivado, tras vencer 2-0 a Juan Pablo II y urgido de sumar los tres puntos no solo para subir en el Clausura, sino también en el Acumulado en el que por ahora está fuera de hipotéticas semifinales. Hoy, el líder del 'batallón' celeste será Roberto Mosquera que si algo sabe es enfrentar a la 'U', ya que con los del Rímac le ganó la final nacional del 2020 y en la última victoria rimense en Ate, en 2012, fue quien tenía puesto el buzo de Cristal. Mosquera confía en que la experiencia goleadora de Hernán Barcos y el desequilibrio por banda de Maxloren Castro y Santiago González lleven todo a buen puerto, y atrás se apoya en la solidez del back Miguel Araujo. Los celestes tendrían en el banco un as bajo la manga: el colombiano Juan Manuel Cuesta. Esta noche hay fiesta en Ate. Están todos invitados.

DATAZOS

- **UNIVERSITARIO NO PIERDE CON CRISTAL** en general desde el Clausura del 2024 (2-1).
- **CRISTAL SOLO GANÓ UN PARTIDO** de sus últimos 13 oficiales en condición de visitante.
- **LA 'U' CONFIRMÓ QUE SE HAN** vendido 55 mil entradas para el encuentro de hoy.
- **LOS CREMAS ESTRENARÁN** camiseta roja en homenaje a su 102 aniversario.

HOY

HUANCAYO / 1:00 P.M.
S. Huancayo vs. Los Chankas

CUTERVO / 3:15 P.M.
Comerciantes U. vs. Cusco FC

//ALINEACIONES

- ***Universitario:*** Romero; Corzo, Fara, Di Benedetto; Polo, Requena, Fértoli, Inga, Concha; Alzugaray y Valera.
- ***Sporting Cristal:*** Enríquez; J. González, Araujo, Lutiger, Cristiano; Wisdom, Távara, Yotún; Castro, S. González y Barcos.
- ***Árbitro:*** Sebastián Lozano.

trome DEPORTES

"Llegamos bien, con muchas ganas. No sé si será un clásico. Va a ser un partido lindo para nosotros"

Juan Manuel Requena, volante de la 'U'

"Nosotros vamos a salir a ganar, como seguramente también lo hará Universitario"

Roberto Mosquera, DT Cristal

PISA PEPA

POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **TODO SE SABE.** Hace algunas semanas, un chato de bigotitos viajó a provincias a ver chamacos con talento y condiciones. Fue como una especie de scouting, pero la neta no apuntó ningún nombre interesante. Solo cobró sus viáticos y sueldo que le pagan por ser un 'embajador criollo'. Donde sí tuvo buena visión fue en una discoteca, donde acudió por la noche con un causa y una flaca. Allí firmó autógrafos y se olvidó que es imagen para los chicos y canteras. Quéeeee... **LOS PARRILLEROS** son recontra vivos y hacen monedas en cualquier país, isla o lugar donde vayan. 'Amén' mandó a la lona a la gente de la rica Vicky, en pocas palabras, a la Segunda. Pero después se valieron de un reclamo en un ente internacional para mantenerse en Primera. Ahora el nuevo bravo del club lo quiere meter otra vez para que se lleva la plata en carretilla. Le darían el puesto del 'Pepón' o el 'Peponcito'. Este argentino el año pasado estuvo en Santa Anita y casi se van a la Liga 3. ¿Porqué tanto camote a este impresentable? Acá la meritocracia es ser una mela como entrenador y planificador. Los resultados y objetivos están por las santas hueveras. Curuju... **ME PASAN LA VOZ** que en un club cerca al río son tacaños al mango. Tienen brazos de pingüino. No se meten la mano al drilo ni de casualidad. Por eso los arrochan mal. El 'Diamante' convence a la muchachada, pero cuando llega el tema de las fichas le dicen muchas gracias, pero todavía no. El último en 'parcharlos' fue un chileno que hace poquito vino para jugar un amistoso por la Javier Prado y les mentó la madre a sus exdirigentes, que estaban en el palco, por fuleros. No les perdona su salida del club. Ayayayay.. **EL TÍO 'BLUPER'** se cansó de un 'peso pesado' y lo borró por segunda semana consecutiva. Aseguran que el viejito lo mira grueso porque no baja de peso. Ese tío se ha achorado con el 'Fenómeno' Ronaldo, quien se negaba a subir a la balanza, y se va a hacer problemas con uno que solo para las 'orejas' cuando se trata de chamitas. Para no hacerle roche, han chorreado el chisme de que tiene problemas musculares, pero la realidad es que lo ha arrimado sin sonrojarse. Asuuuuu... Me voy, soy fuga.

¡AH QUÉ KIKO!

Federico Girotti confesó discusiones con Pablo Guede y podría ser relegado al banco

"Sí, tuve algunas discusiones blo Guede... El pico máximo sión fue en la fecha del clási la 'U' que no me convocó... S por la cabeza irme, hablé co varro, pero me tranquilizaro confesiones de Federico Gir su relación con el técnico de Lima podrían traerle proble

El delantero podría volver al banco de su por sacar a la luz algo que era de la intimi el club. "Él sabe que tuvo sus cosas, fue a una relación completamente de cero. Ah está muy bien. Tuvimos una charla y can pletamente", comentó el argentino que partidos no anota, y de cara al partido co Boys el comando técnico analiza hacer a Alan Cantero en lugar de Girotti.

El atacante también hizo una confesión ra que no fue del agrado de los hinchas. vinimos con Talleres a jugar contra Alian Matute no nos pareció imponente; al co los murales nos dieron risa", señaló.

De otro lado, en el club estudian las ofert llegaron por Kevin Quevedo, quien no en planes del entrenador. Los directivos qu finir la operación antes del cierre del libr ses que termina el próximo 11 de agosto.

DATAZOS

LUIS RAMOS SIGUE recuperándose lesión y recién la próxima fecha saldría los convocados.

LOS BLANQUIAZULES YA habrían una oferta económica a Melgar por el Carlos Cáceda.

BANDERAZO ROSADO CON JUGADORES EN EL 'MIGUEL GRAU'

SE SALIÓ EL MAR

Más de medio millar de hinchas de la 'Juventud Rosada' llegaron hasta el 'Miguel Grau' para darle su respaldo al equipo que mañana recibe a Alianza Lima en el Estadio Nacional. Los barristas estuvieron en la tribuna de occidente y luego un grupo bajó a la cancha y alternó con los jugadores. "Contento por el apoyo de la gente. Tenemos más que una final y queremos poner a Sport Boys donde realmente se merece", señaló Luis Urruti. El portero Diego Melián también agradeció el respaldo de la hinchada. "Antes de un partido tan importante, sentir el apoyo de la gente es fundamental", precisó.

DT SE RENUNIRÁ CON SELECCIONADOS EN EUROPA

EQUIPAJE DE MANO

Se sube al avión. Mano Menezes viajaría a Europa para visitar a los seleccionados que juegan en esa parte del mundo. El brasileño llegaría hasta República Checa para reunirse con Joao Grimaldo y luego se trasladará a Alemania para charlar con Fabio Gruber y en especial con Felipe Chávez que para los últimos amistosos de la Bicolor pidió no ser llamado. Ahora que el volante destaca en la pretemporada del Bayern Munich, el DT entiende que es necesaria una charla para explicarle su esquema.

'VENDAVAL' DERROTÓ A CIENCIANO

HICIERON VOLAR A 'PAPÁ'

Sullana.- Jugó con fuego y mó. Cienciano pensó más e próximo partido con Botafogo, Sudamericana, y perdió 1-0 en s ta a Alianza Atlético en el 'Camp 36'. A pesar de las ocasiones qu ró el 'Vendaval' recién rompió la con Jairo Molina (61'). Recién en plemento, el técnico del 'Papá', Melgarejo, apostó por Alejandro Cristian Souza, Marcos Martinich Barreto, pero el calor mermó el miento de su equipo.

TRIBUTO
oxigeno
ROCK ARGENTINO
MARCIANO CANTERO
POR GAEL GARCIA
GUSTAVO CERATI
POR FERNANDO SOSA
MARTES 18 AGO - 7:00PM
DAMIAN
AV. REPÚBLICA DE PANAMÁ 240
BARRANCO
radio oxigeno
102.1 FM
¡PROMO!
2 ENTRADAS
POR S/50
COMPRA AQUÍ
Joinnus

NEYMAR SE BURLÓ DE DIRECTIVO QUE LO CRITICÓ

EL FUTBOL Y EL VAGABUNDO

Santos.- Neymar sigue metiendo más polémica que goles y respondió irónicamente a las duras críticas del presidente del Remo, Tonhão, quien lo 'destruyó' por burlarse de ellos, tras eliminarlos de la Copa de Brasil con Santos. "Ese vagabundo de Neymar hizo sus payasadas y encima vino a provocar. No debemos idolatrar a esos vagabundos", lanzó el directivo. 'Ney' le contestó haciendo alarde de su dinero con una foto en su lujoso yate y con la frase 'Vagabundeando'.

MESSI NO QUISO FERRARIS Y TIENE CAMIONETA

LA 'MESSINETA' FAMILIAR

Miami.- A diferencia de los Ferraris que mostró Cristiano Ronaldo, Lionel Messi es un 'hombre de familia' y tiene su auto favorito en el garaje: un Cadillac Escalade-V. Según medios estadounidenses, Inter Miami ofreció a la 'Pulga' un Ferrari u otros autos deportivos para que se movilice, pero el astro eligió esta camioneta premium que 'apenas' vale 160 mil dólares y que utiliza para incluso ir al supermercado con su esposa y sus hijos. De otro lado, Guillermo Hoyos, técnico del Inter Miami, elogió de sobremanera al astro tras su doblete por la Leagues Cup. "Si hablamos de pintura, sería Picasso", declaró.

De un solo golpe **Real Madrid** pagó millonada por **Diomandé** y anunció **renovación de Vinicius Jr.**

YAN, ESTÁN LOS DOS

Madrid.- Billetera mata galán y rivales. Real Madrid no rompió uno, sino dos 'chanchitos' y en un gran golpe de efecto anunció el fichaje del extremo Yan Diomandé y la renovación de contrato de su estrella Vinicius Jr.

El africano se convirtió en la compra más cara en la historia del cuadro 'merengue' en una operación cifrada en 125 millones de euros, más 15 millones en variables pagados al Leipzig alemán, superando así todas las inversiones anteriores como la del volante Jude Bellingham (103 millones de euros) y el ofensivo Eden Hazard (100 millones). El marfileño de 19 años, que ayer pasó exámenes médicos en España, destacó en la Copa del Mundo con su selección y firmará hasta 2033. "Marcharse nunca es fácil, pero estoy ilusionado por lo que viene y siempre recordaré mi etapa en Leipzig con un inmenso orgullo", posteó Diomandé en una carta de despedida a los hinchas.

Pero esa no fue la única buena noticia para los seguidores del Madrid, ya que el 14 veces ganador de la Champions también hizo oficial que Vinicius Jr. amplió su vínculo con el club. El brasileño, cuyo contrato finalizaba en junio del 2027, lo extendió hasta el 2032 y pasará a ganar unos 22 millones de euros por temporada.

LOS FICHAJES MÁS CAROS

Neymar	Del Barcelonaal PSG	222 millones de euros
Kylian Mbappé	Del AS Monaco al PSG	180 millones de euros
Ousmane Dembélé	Del B. Dortmund al Barza	135 millones de euros
Joao Félix	Del Benfica al Atlético	127 millones de euros
Yan Diomandé	Del Leipzig al R. Madrid	125 millones de euros

"Fichar por el Real Madrid es un sueño de infancia hecho realidad para mí. Empiezo otro capítulo"

Yan Diomandé, extremo de Real Madrid

DATAZOS

DIOMANDÉ LLEGA al Real Madrid con 13 goles y 10 asistencias en 36 partidos oficiales con Leipzig.

PSG PAGÓ 50 MILLONES de euros al AS Monaco por el volante Maghnes Akliouche.

EL VOLANTE DEL BARCELONA, Gavi, se pintó el cabello de rosado como promesa por ganar la Copa del Mundo.

LLAMADA MUNDIAL

El delantero Lamine Yamal 'movió hilos' y con una llamada convenció al volante Rodri para que fiche por el FC Barcelona. El mediocampista del City rompió negociaciones con Real Madrid y dio el 'Ok' para ir al cuadro 'culé' que ahora pondria sobre la mesa 50 millones de euros al equipo inglés.

EL DIEGO DE LA CELESTE

"La vuelta de la leyenda", así se presentó a Diego Forlán como nuevo técnico de la selección uruguaya. 'Cachavacha', considerado el mejor jugador del Mundial 2010, también tendrá a su cargo el equipo Sub-20. El debut del reemplazante de Marcelo Bielsa será el próximo 24 de setiembre ante Japón.

SERVICIOS PERSONALES

FONOAVISOS Grupo El Comercio — Llámanos al: (01) 708-9999 fonoavisos@comercio.com.pe

KASANDRA 933223706 922610618
MELISSA 983558942 993918498

Av.CENTRAL-Sta.ROSA 967376580
42.Av.PERU-QUILCA 907201327
OV.HUANDOY 991061883

COMAS Univ.ZANGARARA 915958011
EL AGUSTINO 910908335
7.CHIMU-SJL 900009681
Est.CAJA D.AGUA-SJL 989397897

PUENTE NUEVO 922634462
RETABLO 931499367
12.PROCERES-SJL 981621821
7.CHIMU-SJL 995615430

UNIVERSITARIA C.Marañon 902400640
Est.SAN CARLOS-SJL 963448436
SJL Parador SAN MARTIN 962275439

VES Av.LA.C-SHANTAL 932757869
Pte.NUEVO LA RIEL 930580621
Av.PERU 980107220

PTE.PIEDRA Paradero Norteño 934766876
UNIVERSITARIA c/NARANJAL 903108885
VENTANILLA PACHACUTEC 925704110

HUAYCAN Ovalo Sta.Rosa 929960822 938703470
PUENTE PIEDRA Av.LECAROS c/COPACABANA 907307187

OVALO PUENTE PIEDRA 963295462
Av.CANTA CALLAO c/Paradero SANTA ROSA 974359790

Av.TOMAS VALLE 946205274
10.CANTO GRANDE-SJL 935241669
Ov.SANTA ANITA 907867418
BAYOVAR-SJL 940322015

SJM BILINGUE/TH 937331772
14 RIVAGUERO 900191906
LOS OLIVOS NARANJAL AV. GERARDO UNGER Cdra.50 927335391

VMT 915226351
HUAYCAN PEDRO KIOSCO 941677485
SJL SAN CARLOS Av.13Enero cd.26 982177984

SJM ALEPHO 904708998
Dominicos 928081238
BAYOVAR SJL Parad. FARMACIA 932420250

CANADA c/SAN LUIS 979261437
OVALO CANTA CALLAO 904362391
UNIV.c/NARANJAL 960227252

UNIV.c/IZAGUIRRE 998258697
TRAPICHE 967536809
ZARATE 4 Av.PIRAMIDES SJL 948321124

HUANDOY-SANTA ELISA 990157041
32 Av.Perú 993362395
Av.ANGAMOS c/Vía Expresa 995509230

MÁS CANTANTES DENUNCIAN A La Bella Luz

Luego de la denuncia de acoso sexual y hostigamiento hecha por Naldy Saldaña contra César Sánchez, ex director musical de La Bella Luz, las excantantes Sharon Vergara y Claudia Salazar también revelaron que fueron sus víctimas.

"Yo estuve hace 20 años en La Bella Luz y César Sánchez me acosaba, me decía para salir con él y lo rechazaba, pero intentó besarme y manosearme. Eso pasó varias veces. En su momento me quejé y no recibí apoyo", señaló Sharon.

Por otro lado, Claudia Salazar, exintegrante de La Bella Luz, dijo en 'América hoy' que sufrió acoso y hostigamiento sexual por parte de César Sánchez. "En el año 2024... él prácticamente si no le hacías caso, no te daba canciones o te quitaba canciones, no te hacía cantar, te congelaba artísticamente. También me invitaba a salir, me decía para ensayar en mi casa. Todo eso se lo comenté al señor Óscar (Custodio), fui con mi pareja y le dijimos todo y la respuesta que recibí fue 'pero eso depende de ti'. Todo siguió igual...", contó.

Las exvocalistas *Sharon Vergara* y *Claudia Salazar* revelaron que también fueron *víctimas de acoso* sexual por parte de César Sánchez

La cantante también declaró que Calín, el hermano de César Sánchez, le tocó el abdomen.

"Me pasó algo similar a lo que le ocurrió a Naldy. Yo salía del baño y el señor Calín entraba y me agarró la barriga, que tenía descubierta porque estaba en top y pantalón. Me quedé en shock. Si no fuera por Naldy, que alzó la voz, yo seguiría callada", dijo Claudia.

En tanto, Valeria Piazza señaló que debe hacerse justicia para Naldy y todas las personas que han salido a denunciar lo que han vivido en La Bella Luz.

"Las cosas como son, aquí los que se quedaron callados son cómplices y deben pagar. El caso de Naldy debe sentar un precedente", precisó en 'América espectáculos'.

Jessica pide nieta a Deyvis y Cassandra

Jessica Newton llegará este 10 de agosto, procedente de Colombia, para conocer a las candidatas del Miss Perú 2027.

Jessica, en sus redes sociales Suheyn Cipriani anunció que participará en el Miss Perú.

Son más de 60 candidatas este año, el 19 de agosto las voy a conocer. En tres días llego a Lima para reunirme con todas, ahorita estoy desconectada compartiendo con mi nieto.

Llega de Colombia para el Miss Perú que tiene 60 candidatas

Deyvis comentó que tu nieto pasó el día del padre con ustedes...

Sí, fue un hermoso regalo.

También dijo que estás en campaña desde el año pasado pidiendo la nieta.

[Ríe] ¿Te imaginas? Una mini Cassandrita. [C. Chévez]

trome fiesta

Gian Piero da duro a Custodio

El conductor Gian Piero Díaz calificó de lamentable y hasta de maldad la actitud de Oscar Custodio, dueño de la orquesta La Bella Luz, al revelarse los audios de la conversación que tuvo con Naldy Saldaña cuando le contó que fue víctima de acoso sexual.

Afirma que dueño de La Bella Luz mostró maldad en conversación con Naldy

"Es indignante cómo se ha querido justificar y esto es al mil por ciento ignorancia, sumado a la hipocresía, el cinismo y la maldad. No entende que ahí hay algo malo, cree que eso es normal y que lo sucedido no es grave. Es que eso para muchos se ha normalizado", indicó Gian Piero.

Luego enfatizó que esto debe servir para que las chicas no tengan miedo de denunciar cualquier abuso.

"Este caso va a servir para que muchas chicas no tengan temor de denunciar", agregó.

Melcochita apenado por Angobaldo

El humorista Pablo Villanueva, 'Melcochita', indicó que se encuentra apenado por la sorpresiva muerte de su amigo, Víctor Angobaldo, quien falleció en un accidente vehicular.

Lamenta su muerte en accidente automovilístico

"Víctor Angobaldo siempre fue un señor de señores, muy caballero y un gran amigo desde hace muchísimos años. Siempre conversábamos, era mi 'pata', un gran ser humano y siempre dispuesto a ayudar a las personas. Es lamentable que haya fallecido en un accidente. Este año voy perdiendo a dos grandes amigos, a Manolo Rojas y ahora a Angobaldo", sostuvo 'Melcochita'.

Asimismo, el cómico precisó que lleva una vida saludable para no tener ninguna complicación con su salud. "Me tengo que cuidar mucho", señaló. [L.G.]

Paul hace méritos

Paul Michael afirma que va lento pero seguro para poder conquistar a Raysa Ortiz, a quien le regaló rosas en el programa 'Esto es guerra'.

"Estas rosas son un detalle para ella, se las merece, soy detallista y paciente. Siempre le digo que es una mujer hermosa y nuestra relación como amigos es bonita, voy de a pocos", dijo el cantante.

En tanto, Raysa señaló que se sorprendió por el detalle.

Para conquistar a Raysa Ortiz

Chávarri oficializó con Gabriela

Afirman que están viviendo un momento bonito

El 'Diablito' Diego Chávarri y Gabriela Herrera oficializaron su relación, enfatizando que se sienten muy felices juntos.

"Estamos viviendo un momento muy bonito. Sabes que te quiero muchísimo. Es algo que realmente no se planeó, que ninguno de nosotros lo hizo con intención. Se fue dando", comentó Gabriela en el podcast '¿Y ya?' que conducen juntos.

En tanto, Chávarri señaló que ese gusto dentro de 'La Granja' se hizo más fuerte cada día. "Nadie me puede juzgar porque es algo que no esperábamos, pero pasó", dijo.

Onelia pasó susto por Kevin

Onelia Molina indicó que pasó un gran susto tras la caída que sufrió Kevin Díaz en 'Esto es guerra', con quien está intentando rehacer su vida sentimental.

"Dios mío, tuve el real susto, me enteré por el celular de su caída, todos me empezaron a llamar para avisarme, he vivido momentos difíciles, de preocupación, y he estado muy nerviosa [tras el accidente de Kevin]", expresó Molina.

Asimismo, dio a conocer que él se encuentra estable, tras la aparatosa caída; sin embargo, seguirá ausentándose del reality de competencia porque le han dado descanso médico. "Está estable, está bien, no tiene fisuras ni fracturas, pero también necesita un tiempo de descanso. Creo que tiene un par de semanas de descanso médico, así que esperemos que esté mejor. Todos estamos pendientes de él. Nos pegó un buen susto pero está bien", agregó.

Tras caída que sufrió en 'Esto es guerra'

AHORA SABE QUÉ QUIERE PARA SU VIDA Y CUANDO APAREZCA ESA PERSONA CON LA QUE VIBRE, NO DESCARTA LA BODA

Ale: PARA CASARSE HAY QUE CONOCERSE Y CONECTAR BONITO

Ale Fuller señaló que en este momento de su vida, gracias a la madurez emocional que hoy tiene, el matrimonio no es una prioridad, pero no descarta dar ese paso si el amor vuelve a tocar las puertas de su corazón.

"El cambio más significativo de mi vida es que me conozco más, sé quién soy, sé qué quiero, sé cuáles son mis sueños, sé lo que me afecta. Entonces tengo esta radiografía de lo que soy, de cómo vibro, de lo que estoy buscando en este camino llamado vida", señaló Ale.

¿Casarte es una idea que has desechado?

Creo que para casarse hay que pasar por el tiempo de conocerse, es bonito conectar con la idea del matrimonio y más cuando vibras con una persona con la que tienes muchas cosas en común, pero en este momento no he sentido eso tan importante, tan bonito, como para dar ese paso, pero no lo descarto.

¿Y aceptas el 50/50 cuando estás saliendo con una pareja?

Con quienes he salido me trataron como una princesa, fueron unos príncipes, muy lindos, seguro me sorprendería mucho saber que me traen la cuenta y me dicen paguemos, porque es implícita la caballerosidad.

Flavia (Laos), Mayra (Goñi) y tú han vuelto a trabajar en la película 'Mañana me caso'...

Sí, estamos felices, nos divertimos mucho en esta comedia que ya se estrenó. (C. Chévez).

HOLA, MI BARRUNTO... Llego embaladita para contarles los últimos chismes de Chollywood... **DARINKA RAMÍREZ** negó en sus redes sociales que haya estado paseando con **JEFFERSON FARFÁN** y su pequeña hija como se ha especulado en redes sociales, y aclaró que había sido su hermana. Hummm... **ROSÁNGELA ESPINOZA** choteó a **PANCHO RODRÍGUEZ** para poder hacer algún reto de actuación donde tengan de besarse. Ayayayyy... La rubia **DUCELIA ECHEVARRÍA** regresó a Lima tras su participación en el reality mexicano 'Guerreros mundiales' y enfatizó que fue una gran experiencia y espera volver en el futuro. Bien ahí... **EVELYN VELA** celebró el cumpleaños 21 de su hija **ANNE THORSEN** con una gran fiesta y contrató a la orquesta Barrio Fino donde canta **BRYAN TORRES.** Nooo... La cantante **PAMELA FRANCO** sorprendió en las redes al mostrar que le regaló un fino tarjetero de una marca exclusiva a su amorcito **CHRISTIAN CUEVA,** y muchos aseguran que vale algunos miles de dólares. Uyyy... **MELISSA LOZA** dijo que el hecho de que esté soltera no significa que vaya a estar repartiendo besos a todo el mundo... Bueno, soy fuga porque mi amorcito anda caluroso y vamos a bañarnos juntitos... Suuuaaaveee.

AFIRMA QUE ***HA HABLADO CON SU NOVIO JUAN ICHAZO*** PARA PODER TENER SU BEBÉ EL PRÓXIMO AÑO

Macarena YA PIENSA EN SER MADRE

La pareja tiene ***un año y cuatro meses de relación***

Macarena Vélez indicó que tiene una sólida relación con su pareja Juan Ichazo, con quien tiene planes de encargar a su primer bebé el próximo año.

"Estamos muy tranquilos, felices, enfocados y dándole durísimo a nuestros emprendimientos. Ya nos vamos por el año y cuatro meses de relación. Convivimos y todo marcha bien", precisó Vélez.

¿Hay planes de dar el siguiente paso?

Él (Juan) sabe que quiero ser madre, pero no creo que sea este año, pero por ahí para el próximo quizá. Ya tengo mis óvulos congelados, pero creo que no los necesito, estoy súper.

Entonces, ¿el próximo año piensan encargar un bebé?

Por ahí podría haber una sorpresa y sería lindo. Por el momento estamos enfocados en nuestros proyectos y este año no está en nuestros planes (encargar un bebé).

Por cierto, ¿les ha llegado alguna propuesta para algún reality de convivencia en el extranjero?

Nos propusieron el año pasado, pero ambos dijimos que no porque siento que esos realities no te suman en nada si es que tienes una relación bonita y sana. (L. G.)

Óscar D'León cantará a chalacos

- Estará en aniversario del primer puerto

El sonero del mundo, Óscar D'León, será la figura central que participará en el 'Chimpunazo a la Chalaca', que se realizará el próximo 29 de agosto en el estadio Miguel Grau del primer puerto.

Dicha celebración se realiza por el aniversario del Callao y también actuarán Maykel Blanco, Manolito y su Trabuco, Masiel Málaga, Renzo Padilla, Jeinson Manuel y K'llao Salsa.

Giuliana feliz con novio

- Están viviendo juntos en Piura

La cantante Giuliana Rengifo indicó que ya está conviviendo con su pareja, Roberto, con quien asegura que tiene planes de matrimonio.

"Ya estamos conviviendo aquí en Piura, él vino a acompañarme a una feria donde estoy vendiendo mi ropa y perfumes. Le dije si quería venir conmigo y de inmediato me respondió que sí y hemos alquilado un departamento donde estamos viviendo. Él es todo terreno, me ayuda un montón en todo y nos va superbién", manifestó Rengifo.

Volviendo a Lima, ¿también piensan mudarse juntos?

Sí, hay proyectos para convivir en el departamento que él compró. Vamos avanzando paso a paso. (L. Gamarra)

Armas lanza imitación del Papa

- Y celebrará sus 36 años de vida artística en Bianca de Barranco

Fernando Armas presentará su imitación del papa León XIV, quien nos visitará en noviembre, durante la celebración de sus 36 años de carrera artística en Bianca de Barranco el 4 de setiembre.

Su santidad, ¿qué hará al llegar al Perú?

Lo primero que haría cuando llegue al Perú es esconder mi celular porque cada 15 minutos roban uno, je, je, je. Lo primero que haría es bendecir desde el aire a todo el pueblo peruano, besar su suelo y rogar que no haya mucho tráfico en la avenida Faucett para avanzar. (C.Ch.)

familia salud

Sin riesgos

Por el apuro, a veces tomamos agua del caño. Lo recomendable es hervirla para eliminar microorganismos que causan enfermedades, como bacterias y parásitos.

Refresco

Para bajar la presión arterial y mejorar la digestión, el agua de jamaica es una buena opción. Relaja los vasos sanguíneos y reduce el esfuezo del corazón.

Antojos emocionales

¿Tienes antojos? Antes identifica qué los provoca. Pueden aparecer por emociones como el aburrimiento o el estrés. Procura darte tus gustos con moderación en lugar de prohibírtelos.

ESTE LUNES 10 RECIBE GRATIS NUEVAS CARTILLAS

¡GANA CON EL CHANCHITO DE LA SUERTE!

Este lunes 10 de agosto, 'El Chanchito de la Suerte' entra a su tercera semana de éxito total. Con un poco de suerte, puedes llevarte uno de los más de 2300 premios en efectivo, incluido un 'gordito' de 20 mil soles. Así que juega ahora, gana y cobra rapidito.

ASÍ SE JUEGA

1. **RECLAMA GRATIS,** con la compra de un ejemplar de Trome, una cartilla del bingo regalón. Esta vez viene de color naranja.

2. **BUSCA LA CUPONERA EN EL INTERIOR DE TU PERIÓDICO.** De lunes a viernes salen 6 cupones, y los sábados y domingos son 8.

3. **VERIFICA QUE LOS CUPONES COINCIDAN** con los números de tu cartilla. De ser así, recórtalos y pégalos en el casillero correspondiente.

4. **UNA VEZ QUE COMPLETES LOS CINCO NÚMEROS** de una de las letras de la palabra BINGO, habrás ganado de forma automática el premio respectivo.

SABÍAS QUE...

Los ganadores de las cartillas correspondientes a la tercera semana tienen como plazo máximo hasta el martes 25 de agosto para recoger sus premios.

- **Tenemos más de 2 mil 300 premios** en efectivo y un 'gordito' de 20 mil soles
- **Participa** con fe para que puedas llevarte esa platita a casa

PREMIAZOS:

1 PREMIO DE	S/20,000
1 PREMIO DE	S/5,000
10 PREMIOS DE	S/1,000
660 PREMIOS DE	S/100*
1669 PREMIOS DE	S/50*

COBRA AL TOQUE

Si ganas 50 o 100 soles debes ir donde el canillita más cercano para que tu cartilla sea validada y coordinen la entrega de tu dinero. Por premios de 1000 soles o más acude al jirón Paracas 530, en Pueblo Libre, los martes y jueves de 10 de la mañana a 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde. En provincias, acude a la agencia más cercana.

NUTRICIÓN SALUD Y BIENESTAR

Gerardo Bouroncle McEvoy
Médico - Nutriólogo* CMP 31235

CUIDA TU COLUMNA

Los trabajos actuales y la tecnología han aumentado en un 30% el sedentarismo de las personas; el teletrabajo y las transacciones por internet están sentando cada vez más al ser humano y el sedentarismo se está convirtiendo ya en un tema de salud pública. El pasar más horas sentados frente a una computadora o al celular ha colaborado con las malas posturas de la columna y un incremento considerable de enfermedades asociadas como las hernias de disco. Asimismo, los problemas de peso por falta de actividad suman factores de riesgo no solo metabólicos, sino también osteoarticulares. Si hablamos de problemas de columna, atento a estos síntomas: Dolor lumbar que aumenta al toser o hacer esfuerzo, dolor tipo ciática que irradia hacia una pierna, hormigueo o adormecimiento, debilidad muscular, así como rigidez y limitación para caminar o permanecer sentado por mucho tiempo. Además, si se tiene pérdida del control de la orina y debilidad en una o ambas piernas, es tiempo de ir al médico.

gerardo_bouroncle@hotmail.com
Instagram: Gerardo_bouroncle
Facebook: Saber vivir

ESTRENO
Café con la CHEVEZ
MÍRALA POR YOUTUBE
ARIEL FEFER
LO CUENTA TODO
CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

trome

trome ESCOLAR

REFERENCIA CULINARIA DIO ORIGEN A LA FRASE

TÉRMINO ES UNA METÁFORA MUY USADA DESDE EL SIGLO XIX EN ESPAÑA

¿Qué es 'dar la vuelta a la tortilla'?

Cuando pensamos en 'dar la vuelta a la tortilla', la referencia no suele ser a huevos batidos que freímos en una sartén, sino más bien a una idea surgida, como metáfora, a partir de la semejanza con el hecho de voltear lo que ya está cocinado por un lado.

La frase viene de España, del acto físico de que cuando se fríe una tortilla la parte inferior está cocida y la superior sigue cruda, y el cocinero hace un movimiento rápido para girarla por completo en el aire, y que lo que estaba abajo quede arriba.

'Dar la vuelta a la tortilla' es cambiar por completo una situación adversa, un estado de cosas o una relación de fuerzas que va mal para que pase a ser favorable.

Es darle un giro radical a un problema o conflicto, de tal manera que de eventual derrota se pase a triunfar.

Aunque también puede ser al revés, cuando otro, que estaba en problemas, nos 'voltea la tortilla' y acabamos perdiendo.

En general, 'dar la vuelta a la tortilla' describe los cambios bruscos de la suerte, de la política, de las relaciones y de los resultados de una competencia deportiva (como 'voltear' el resultado de un partido de fútbol que se perdía), hasta de la vida.

Se trata de un giro radical a un problema o conflicto, incluso en una conversación en la que, con un argumento demoledor, se demuestra que el oponente no tenía la razón.

EXPRESIÓN TAMBIÉN SE APLICA EN EL FÚTBOL

'EL ABOGADO VOLTEÓ LA TORTILLA EN EL CASO Y SU DEFENDIDO FUE LIBERADO'

Popular frase se origina en el hecho de **freír huevos batidos**

LA YAPA

A lo largo del siglo XIX, la literatura popular y el teatro en España comenzaron a usar la acción cotidiana de voltear una tortilla con la sartén como una metáfora perfecta para describir los cambios bruscos de la suerte, de la política o de las relaciones de poder. Y 'darle la vuelta a la tortilla' se extendió por toda América Latina, donde 'voltear la arepa' es una variante que en Colombia y Venezuela se usa con el mismo significado.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿DÓNDE QUEDA LA BOCA DEL ESTÓMAGO?

La boca del estómago está en la parte alta del abdomen, justo en el centro, debajo de donde terminan las costillas. En medicina, esta zona se llama epigastrio. Exactamente se localiza en medio del cuerpo, en la línea superior del vientre, debajo del hueso del pecho (esternón) y arriba del ombligo. Ahí se unen el esófago con el estómago.

QUÉ SIGNIFICA

Ficción

Proviene del latín fictus ('inventado'). Se denomina ficción al conjunto de los mundos imaginarios o simulados que construyen la literatura, el cine, la historieta, el teatro y otras formas de arte generalmente narrativo. Sus características fundamentales pueden ser similares o muy distintas a lo que se entiende por realidad.

MERCADO SAN CAMILO

El mercado San Camilo de Arequipa es uno de los más grandes del sur del Perú. Nació tras el terremoto de 1868, que destruyó la suntuosa iglesia de San Camilo. En 1938 se inauguró este centro de abasto al que llegan arequipeños y turistas nacionales y extranjeros. Allí se puede conseguir toda clase de productos como comestibles, artesanías, comida arequipeña y más.

curiosidades

LAS OVEJAS ¡SE AUTOMEDICAN!

Las ovejas son animales increíbles. Estos mamíferos rumiantes cuadrúpedos y herbívoros destacan por su fuerte instinto gregario, su aguda visión panorámica con pupilas rectangulares y su alta dependencia de la lana para regular su temperatura corporal. Además, se automedican cuando no se sienten bien.

El comportamiento animal evidencia que, ante malestares digestivos provocados por parásitos, las ovejas seleccionan plantas que contienen taninos condensados y otros compuestos para eliminarlos y aliviar malestares digestivos. Esta conducta natural en animales se conoce como zoofarmacognosia.

HAZ TU AGOSTO CON

EL CHANCHITO DE LA SUERTE trome

SIGUE LOS PASOS GANADORES

PASO 1

Este **LUNES 10** de agosto y los **3 LUNES** posteriores, recibe por la compra de tu diario una **CARTILLA GRATIS.**

PASO 2

De **LUNES A DOMINGO,** busca al interior los cupones impresos.

ENCUENTRA 6 CUPONES DE LUNES A VIERNES ¡Y 8 CUPONES LOS SÁBADOS Y DOMINGOS!

PASO 3

RECORTA Y PEGA tus cupones de acuerdo a la numeración impresa en tu cartilla de bingo.

PASO 4

Una vez completes todos los números de una de las letras de **BINGO, ¡HABRÁS GANADO EL PREMIO RESPECTIVO!**

EJEMPLO: ¡GANASTE S/20,000!

ESTE LUNES 10 DE AGOSTO | Reclama tu tercera cartilla

SI GANASTE UN PREMIO...

DE S/50* O S/100* EN LIMA METROPOLITANA:

Acércate a tu canillita de confianza y preséntale tu cartilla para que puedan **verificar y coordinar** la entrega de tu premio.

DE S/1,000 A MÁS EN LIMA METROPOLITANA:

JR. PARACAS 530 - PUEBLO LIBRE, LIMA
Los martes y jueves de 10:00 a.m. a 1:00 p.m. y de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.

- * **En Lima Metropolitana:** Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en efectivo.
- * **En provincia:** Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en formato de gift card.

FUERA DE LIMA, ACÉRCATE A:

CALLE JOSE T GARCÍA 154, HUACHO
De lunes a viernes de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.

JR. CHINCHA BAJA 128, CHINCHA
De lunes a viernes de 8:00 a.m. a 9:00 a.m.

URB. LOS VIÑEDOS DE SANTA MARÍA MZ. K-28, ICA
De lunes a viernes de 6:00 a.m. a 9:00 a.m.

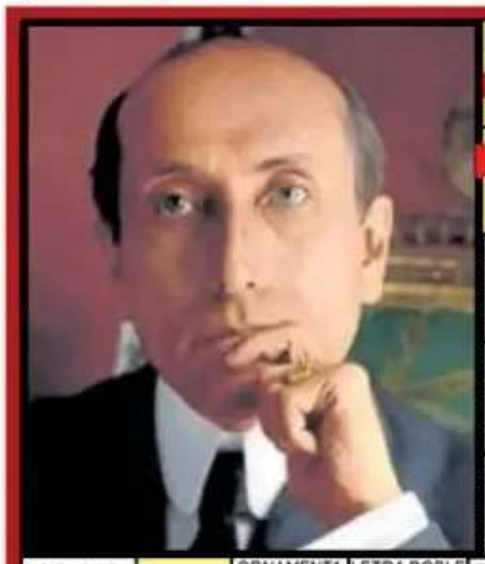
REGALAMOS MÁS DE S/185 MIL EN PREMIOS

1 PREMIO DE	S/20,000
1 PREMIO DE	S/5,000
10 PREMIOS DE	S/1,000
660 PREMIOS DE	S/100*
1669 PREMIOS DE	S/50*

EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC 20143229816

trome Siempre te da más

HOY
UNIVERSITARIO
VS.
S. CRISTAL
8:00 P.M.
TROME.COM



NOVELA DE JOSÉ MARMOL | 1100 (ROM.) | HERMANO DE MOISÉS | DIRECTOR TÉCNICO | ORG. DE LOS EE.UU. | LA CIUDAD DE LAS TEJAS | APOSTAR | VEHÍCULO, AUTOMÓVIL | DIOS ÁRABE

MIL | 24 HORAS

DEL VERBO REGAR | ASTATO | ALLÁ (PORTUGUÉS) | VECINAS

RELATA UN CUENTO | ¿QUÉ? (QUECHUA)

"LA TIERRA BALDÍA" | EL CHANCHITO DE LA SUERTE DE TROME

EXPRESAN ALEGRÍA

SIGNO DE LA MULTIPLICACIÓN | ORNAMENTA | LETRA DOBLE | VAGABUNDO | OLEAJE

SEÑORA MOCHE | ESPUERTA

COCHES | ALUMINIO

INCLUSO | SE ENCUENTRA EN LA ORINA | TARRO

DIENTE | SEDIMENTOS, RESIDUOS

OLEAJE | MONEDA EN LAS BODAS

CUERDA, SOGA | CAP. DE COREA DEL SUR

VALORAR, EVALUAR | ADMINISTRA CONTROL DE DROGAS | ALTAR

IMAGINAR, CONCEBIR

PREFIJO NERVIO | LEOPOLDO LLAMADO "CLARÍN"

POEMA LÍRICO | ANUNCIO | MONEDA DE EE.UU. | ADORNAR | SEGLAR | EQUIPAN | CÍBELES

FRIGORÍFICO | NOTA MUS.

LATERALES DE LA H | ASES | ARTÍCULO FEMENINO

VIVIENDA | EMBARCACIÓN DE REMOS

PUERTO DEL SUR | JUAN DE ... (PAZ SOLDÁN)

NY - LAMBDA

TITANIO

GALIO

TU HORÓSCOPO

21.3 | 19.4

ARIES. Hoy viernes los asuntos cotidianos te pueden generar cansancio y estrés. Necesitas un espacio para renovarte. Brillarás.

20.4 | 20.5

TAURO. Cierras una etapa que te ha dado satisfacciones, pero prepárate para nuevos retos personales. Un nuevo camino se abre.

21.5 | 20.6

GÉMINIS. El dinero es importante y debe ser bien utilizado. Ese familiar te dará una grata sorpresa. Será un día inolvidable.

21.6 | 22.7

CÁNCER. Tienes mucho potencial y capacidad para lograr tus metas. Es importante que seas disciplinado para conseguirlo.

23.7 | 22.8

LEO. Acepta diversos puntos de vista, no te cierres en una sola idea. Tu aporte será bien valorado por la gente de tu entorno.

23.8 | 22.9

VIRGO. Tu fuerza y magnetismo te permitirán conquistar a esa persona. Evita los malos comentarios, continúa en lo tuyo.

23.9 | 22.10

LIBRA. Demuestra con acciones, no solo debes quedarte en palabras. Alguien del sexo opuesto te ve con atención. Demuestra lo que vales.

23.10 | 21.11

ESCORPIO. Poco a poco vas consiguiendo tus objetivos y por el camino correcto. Piensa bien, no te apresures. Novedades para ti en el amor.

22.11 | 21.12

SAGITARIO. Vives una etapa de cambios, tendrás la oportunidad de demostrar tu capacidad. Haz caso a tu intuición y decide bien.

22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Las cosas pasan por algo, depende de ti salir del mal momento. Cuidado con esos malestares, la salud es lo primero.

20.1 | 18.2

ACUARIO. Estás ocupado en muchas cosas, date un tiempo para reflexionar. Un poco de ejercicio te vendría bien. Viernes movidito.

19.2 | 20.3

PISCIS. Deja de pensar en forma negativa, valora tus cualidades y decídete a conseguir lo que tanto deseas. Esa persona piensa en ti.

PURAS letras

EL GALLITO DE LAS ROCAS (1)

Y	D	E	M	I	E	N	T	Y	H	F	A	E	D	S	O	D	E	M	U	H
S	F	A	S	H	U	M	D	E	R	S	F	P	L	I	M	F	A	Z	V	E
U	V	Z	D	E	L	P	E	R	U	Y	H	A	B	I	T	A	F	A	N	Z
G	P	F	A	Z	L	V	B	F	H	F	A	Z	V	P	Z	A	L	L	F	A
R	F	O	V	Z	A	A	R	R	A	E	F	A	L	A	F	I	O	N	N	A
A	L	A	R	F	A	G	V	E	I	Z	M	U	F	E	R	S	L	O	V	C
N	M	A	Z	S	A	L	S	E	E	L	M	B	T	B	B	A	R	Z	F	A
C	T	I	S	V	U	Z	E	S	N	A	D	I	R	O	L	R	A	O	F	T
R	R	A	E	E	A	B	R	U	J	A	M	F	S	A	A	D	D	D	A	S
E	F	A	Z	N	L	A	R	E	Q	R	C	Q	A	M	T	A	F	A	Z	E
S	V	Z	F	A	L	V	R	I	E	S	U	I	R	Z	J	I	E	D	A	D
T	G	A	Z	F	A	O	A	P	L	E	A	O	O	N	F	E	E	N	D	O
A	V	Z	U	F	J	F	E	A	S	L	L	R	A	N	H	A	N	N	T	H
F	A	M	N	O	E	L	V	F	L	O	A	R	T	D	A	U	Z	T	E	C
Z	A	E	Z	S	E	Z	Y	D	C	T	A	N	F	N	A	L	M	F	R	A
C	I	A	A	U	A	N	F	N	A	N	A	D	T	A	E	Z	V	Z	Z	M
M	F	L	Q	F	A	A	U	F	A	F	F	D	A	E	Z	I	C	F	A	L
E	N	T	R	E	L	A	V	E	G	E	T	A	C	I	O	N	M	F	A	E

- Es el ave nacional
- del Perú y habita
- en los bosques
- húmedos de
- la selva alta.
- El macho destaca
- por su brillante
- plumaje rojo
- anaranjado
- y su gran cresta,
- mientras que la
- hembra tiene
- un color marrón
- que le permite
- camuflarse
- entre la vegetación.

TE AMO

ESTOY LISTA PARA AMAR

Cartas: Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

ANA.- Un placer saludarla, doctora Carmen. Escribo estas líneas porque llevo bastantes años sola. No sé por qué no se fijan en mí o qué sucede, pero la falta de un amor verdadero me tiene muy deprimida. Hace un tiempo abrí mi corazón, pero no fue la mejor experiencia: salí destrozada y con mucho miedo de volver a ser vulnerable. Hoy solo busco a un hombre sincero y con ganas de salir adelante, que sea joven y, de preferencia, viva en Lima. He trabajado mucho en mí y siento que estoy lista para volver a confiar. Me puede contactar al **937-030-749. Gracias.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijita:
Lamento que una persona en la que confiabas te haya pagado de la peor manera, pero te aseguro que aún existen hombres buenos. No te desanimes, levanta la mirada y sigue adelante. En el momento indicado llegará alguien que te ame como mereces. **Suerte.**

TROME sudoku 838

		4	2		6	7		
		9			3	6	2	5
		6			8	3		
				6	9		8	4
		2	4			5		
					5			6
	4		6	5				
2	3	5	7				6	
6		8		3	2			

TROME SERIES

NETFLIX
DEAD TO ME

TEMPORADAS: 3
CAPÍTULOS: 30

Tras perder a su esposo en un accidente, Jen intenta reconstruir su vida mientras lidia con el dolor y la rabia. En un grupo de apoyo conoce a Judy, una mujer alegre con quien forma una inesperada amistad. Sin embargo, el vínculo entre ambas se vuelve tenso cuando los secretos de la amiga comienzan a salir a la luz.

SOLUCIÓN GRAMA

ALE: PARA CASARSE HAY QUE CONOCERSE BIEN

YA SABE LO QUE QUIERE PARA SU VIDA Y NO DESCARTA EL MATRIMONIO

PÁGINA 16

'PICOTITOS' DE EL BÚHO

EL BUHO

Este Búho ve el panorama político más movido que Kike Suero brindando con varias copas del trepador pisco sour, mientras se alistaba para ver el choque entre Universitario y Cristal. Por eso, agarro mi 'Espada del augurio' de 'Los Thundercats', para que me permita ver 'más allá de lo evidente' y así dar estos 'Picotitos' bien rabiosos, como exigen mis lectores.

KEIKO Y LAS TAREAS URGENTES. A este columnista le parece bien que Keiko esté yendo a varias zonas del país a ver los problemas in situ y a verificar las obras de prevención para el Fenómeno El Niño que amenaza golpearnos con dureza. Es positivo que busque ser una presidenta cercana con la gente. Pero no debe olvidar que su principal foco debe ser solucionar la inseguridad ciudadana, pues la delincuencia asesina todos los días a peruanos inocentes. Una de las miles de organizaciones criminales de extorsionadores acaba de matar a balazos a un dirigente de transportistas en Los Olivos, además de dejar grave a su esposa.

LOS PECADOS DE ROBERTO SÁNCHEZ. Este señor es el gran responsable de haber llevado al Congreso a peligrosos radicales que no creen en la democracia y solo la utilizan para destruirla. Eso es algo que los peruanos jamás debemos olvidar. Nadie puede atentar contra el país de esa manera y seguir como si nada. En algún momento tendrán que pagarlo. Encima, ya había colocado en la Comisión de Ética a un personaje como César Tito Rojas, quien fue dirigente del Movadef, considerado el brazo político de Sendero Luminoso. Este diputado es investigado por la Fiscalía como estratega de los violentos alzamientos en el sur del país que terminaron con la vida de 18 peruanos tras el fallido golpe de Estado de Pedro Castillo.

SE BURLAN DE LOS PERUANOS. Cómo es posible que la ONPE haya aprobado pagar más de 624 mil soles por la defensa legal de un tipo como Piero Corvetto, que petardeó las elecciones. Se entiende que los funcionarios públicos tengan derecho a una defensa legal pagada por el Estado, pero esta cifra es totalmente desproporcionada. El Estudio Arbizu y Gamarra S.A.C., dirigido por conocidos abogados de izquierda, que es el que recibe esta fortuna, cobra más que un estudio jurídico de un país tan capitalista como Estados Unidos. En el Perú, donde las necesidades saltan a la vista y muchos niños se acuestan por las noches sin comer, las instituciones públicas no pueden despilfarrar el dinero de esa manera tan grotesca.

'VAMOS AL CAJERO'. La Fiscalía presentó una acusación contra la integrante del anterior Congreso, María Cordero Jon Tay, la popular 'Vamos al cajero', para quien pide cuatro años de prisión efectiva acusada de recortar el sueldo a un trabajador. Es lo que deja el anterior Legislativo: 'mochasueldos', acusados de violación, corruptos, ignorantes, radicales y otras 'joyitas'. Pero hay que estar alertas porque el nuevo Parlamento podría ser incluso peor, pues han llegado extremistas con antecedentes violentos que creen firmemente en eso de que 'el poder viene del fusil'. Estos individuos hoy ocupan una curul, gozan de inmunidad y son pagados por todos los peruanos.

FEA SACADA DE VUELTA. Se vienen las elecciones municipales y regionales, y es bueno que los peruanos tengamos bien identificados a esos personajes que le sacan la vuelta a las leyes electorales y se aprovechan de los vacíos legales para su beneficio. Así, buscan ser reelegidos, aún cuando esté prohibido, o que elijan a sus esposas, hijos o hermanos. Muchos han visto que la plata está en el Estado y pueden hacerse ricos de la noche a la mañana. Ven a la política como un negocio fácil y meten a toda la familia. Los ciudadanos debemos preocuparnos por identificar a los mejores candidatos, a los más honestos, y castigar a esos que se alucinan vivos. Apago el televisor.